

AMIR LAFDAIGUI

EDUCATION

Laurea in Scienze Motorie al SUIISM Torino
Movement Specialist
Strength and Conditioning Coach
Certified Functional Strength Coach CFSC lev 1 and 2
Functional Movement Screening FMS lev 1 and 2
Mentorship with Mike Boyle in Boston - USA
Corso di dissezione anatomica con Thomas Myers a Phoenix - USA
Corso di dissezione anatomica con Thomas Myers a Denver USA
Buteyko Breathing Method Coach
Sport Nutrition Certification
Personal Training Certification – PHT
Personal Training Certification – SUIISM

ESPERIENZE RILEVANTI

Assistente alla cattedra di Personal Training al SUIISM di Torino
Settembre 2008 – Agosto 2011

Assistente alla cattedra di Sport in Situazione di Handicap al SUIISM di Torino
Settembre 2019 – Agosto 2020

Mind&Move srl co-founder e CEO

Mind&Move è uno Spin-off Universitario e una Start Up innovativa che si è posta la grande Missione di aiutare le persone attraverso un approccio integrato tra medicina e stili di vita, cura e movimento, mente e corpo. Il target di riferimento sono tutte le persone affette da sindrome metabolica o affette da ansia e depressione.

Premiato come uno dei migliori Trainer Italiani con pubblicazione dedicata (PT Book)
2010/2011/2012/2013/2014/2015/2016

NeverMind

Progetto di ricerca Internazionale con l'obiettivo finale di creare della tecnologia utile a combattere i sintomi della depressione. Personalmente mi sono occupato di implementare i metodi di lavoro sul movimento e sulla respirazione utilizzati nell'App fornita ai pazienti.

Partner Italiano di Certified Functional Strength Coach (CFSC) <https://www.certifiedfsc.com/> dal 2015 al 2020
CFSC è la certificazione internazionale di Mike Boyle, uno dei migliori Strength&Conditioning coach al mondo.

Life Changer Academy co-fondatore dal 2015 to 2020
L'Academy è specializzata in contenuti di alto livello riguardo il Movimento Umano. Attraverso questi contenuti, sono stati creati metodi di lavoro tutt'ora usati in allenamento da Atleti Olimpionici e Squadre Pro.

Trainer Internazionale, Presenter e Speaker

- USA – Germania – Olanda – Russia – Italia – Svizzera – Marocco – Irlanda – Scozia – Spagna – Repubblica Ceca – Messico

Funzioni in Azione co-founder www.funzioniinazione.com dal 2014 to 2016
Co-fondatore di Funzioni in Azione, il primo Simposio dedicato all'allenamento funzionale. Il principale obiettivo dell'evento è quello di dare un valore reale al concetto di allenamento funzionale alle nuove generazioni di Personal Trainer ed Allenatori. Tramite l'esperienza dei migliori Trainer Nazionali ed Europei, l'evento vuole condividere metodi di qualità sviluppati dai relatori e che permettano ai partecipanti di aiutare i loro clienti a raggiungere i propri obiettivi migliorandone la qualità della vita.

Mondo Flooring Head Master Trainer <https://www.mondoworldwide.com/emea/it/>

- Creatore del Concept Mondo Functional
- Creatore dei contenuti educativi
- Team manager di Mondo Fitness Academy
- Presenter nei principali eventi Nazionali ed Internazionali (IHRSA – FIBO – Rimini Wellness)

Life Fitness Academy Master Trainer <https://www.lifefitness.com/en-us>

- Presenter nei principali eventi Nazionali ed Internazionali (IHRSA – FIBO – MIOFF – Rimini Wellness - Functional Training Summit Munich – Forum Club)
- Formatore per i principali clienti dell'azienda

Trigger Point Master Trainer <https://triggerpoint.implus.com/>

- Presenter nei principali eventi Nazionali
- Formatore per i principali clienti dell'azienda

Vibram Fivefinger's Tester Ambassador <https://us.vibram.com/>

Co-autore of the book “Piccoli gusti” – editrice SET

- Un libro con ricette, allenamenti e giochi per i bimbi. Il libro è dedicato alle famiglie che vogliono combattere l'obesità infantile dei propri bambini e promuoverne uno stile di vita salutare.

General Manager di PHT (Società Nazionale di Personal Home Training) dal 2003 al 2016

- Selezione, formazione e coordinamento di oltre 50 Personal Trainer che ogni anno operavano sul territorio Nazionale.
- Team building
- Business Development del mercato Nazionale
- Gestione del servizio clienti
- Direzione tecnica dei Fitness Corporate di proprietà (Basic Village – IFIL/EXOR - Club Esperia)

General Manager di Palestre Torino dal 2006 al 2016

- Gestione dei Club (6 Centri)
- Selezione del personale tecnico
- Formazione del personale tecnico
- Team Building

Personal Training dal 2001 ad oggi

- 20 anni di esperienza nel campo dell'allenamento personalizzato
- VIP Trainer – Training of TV's Stars and VIP International Business Men
- Trainer Ufficiale per il concorso di Miss Mondo Piemonte
- Coach di atleti Nazionali, Internazionali ed Olimpionici
- Rieducazione Funzionale e agli stili di vita in collaborazione con Medici, Terapisti e Nutrizionisti

SKILLS

- Team Building
- Scrittura – autore di articoli per le principali riviste nel settore del Fitness e del Life Style
- Public Speaking – speaker nei principali eventi Fitness Nazionali ed Internazionali, ospite di trasmissioni televisive come esperto di Wellness e Movimento
- Lingue – Italiano, Inglese, Francese e Arabo